

Conversaciones para el Cambio en la Comunidad del Bronx
APOYANDO LA VIDA SANA EN EL BRONX



Guía de Discusión:

Conversación con la Comunidad Sobre el consumo de alcohol



INTRODUCCIÓN

Los menores de edad y el consumo excesivo de alcohol son las principales preocupaciones de salud en el Bronx, ya que está vinculado a problemas de salud que incluyen: daño al hígado, cáncer, embarazos no deseados, accidentes y enfermedades de transmisión sexual. Hay muchas razones por la cual los jóvenes y adultos beben alcohol en exceso, incluyendo influencias familiares, sociales, el estrés, la comercialización, y el fácil acceso al alcohol.

Las comunidades tienen que encontrar respuestas y tomar medidas en diferentes niveles. El proceso de diálogo junta a todo tipo de personas para compartir diferentes puntos de vista y experiencias. En el proceso, se comienzan a construir relaciones más fuertes para trabajar juntos y así encontrar soluciones para resolver estos problemas y mejorar nuestra salud. Las conversaciones comunitarias son una oportunidad para aprender de los demás y hacer un plan para crear mejores comunidades para nuestras familias y vecinos. Nuestra esperanza es que al hablar y escucharnos unos a otros, vamos a empezar a construir un mejor Bronx por y para la gente que lo habita.

Nuestras conversaciones se centrarán en hacer a nuestras comunidades:

- Más seguras
- Saludables
- Más Hermosas
- Con entorno amigable

Vamos a pensar en maneras de crear oportunidades para sentirse bien y mantenerse saludable. Y todo comienza con una conversación.

Como usar esta guía de discusión

Esta guía no está diseñada sólo para leerse, está diseñada para su uso. Queremos realizar estas conversaciones para que podamos contar las historias de los vecinos y organizaciones que trabajan en conjunto para resolver problemas y fortalecer nuestra comunidad.

Este es el esquema básico de las sesiones de debate en esta guía:

Sesión Uno: Da a los participantes en el grupo la oportunidad de hablar acerca de sus conexiones con el Bronx y oír las experiencias de otras personas. Asimismo, se ofrecen algunos puntos de vista diferentes sobre el estado de salud en el Bronx y los desafíos fundamentales para la reducción del consumo excesivo de alcohol por menores de edad en nuestra comunidad.

Sesión dos: Es la oportunidad para hablar de los posibles enfoques para reducir los problemas que relacionan a los menores de edad con el consumo excesivo de alcohol y los problemas vinculados a ello en el Bronx, proponiendo ideas de acción y pensando en enfoques funcionarían mejor para nuestra comunidad.

SESIÓN 1: INTRODUCCIONES, CONOCIENDONOS LOS UNOS A LOS OTROS Y COMO VIVIR UNA VIDA SALUDABLE EN EL BRONX

PARTE 1: Introducciones - ¿Quiénes somos y cuál es nuestra visión para un Bronx más saludable? (50 minutos)

Actividad 1: Cómo llegar a conocernos los unos a los otros (10 minutos)

Bienvenidos todos y gracias por acompañarnos hoy. En esta sesión, vamos a llegar a conocernos unos a otros, hablar de lo que es importante para nosotros, y ver cómo queremos trabajar juntos. A continuación, vamos a discutir acerca de lo que otras personas están diciendo acerca de la salud en nuestra comunidad.

Vamos a ir alrededor del círculo para que cada quien pueda responder las siguientes preguntas:

1. ¿Quién es usted?
2. ¿Cuánto tiempo ha vivido o trabajado en el Bronx?
3. ¿Por qué ha venido hoy?
4. ¿Cuáles son sus esperanzas para este esfuerzo?

Actividad 2: Establecer reglas y la designación de roles / responsabilidades (5 minutos)

La creación de algunas reglas nos ayudara a facilitar nuestras discusiones. Aquí están algunas ideas. ¿Hay otras reglas que le gustaría añadir?

1. Comenzar a tiempo. Terminar a tiempo.
2. Escuchar a los demás. Tratar a los demás con respeto.
3. Cada persona tiene la oportunidad de hablar.
4. Hable por usted. Use "yo" en vez de tratar de hablar en nombre de su grupo.
5. Una persona habla a la vez. No interrumpa a sus compañeros.
6. Está bien estar en desacuerdo.
7. Se adhieren a la cuestión.
8. Si usted habla de personas que no están aquí, no diga sus nombres.
9. Algunas de las cosas que vamos a discutir van a ser muy personales. No vamos a contar estas historias a otras personas, a menos que todos estemos de acuerdo que este bien. "Lo que se dice aquí, se queda aquí".
10. Ayudar al facilitador mantener las cosas en marcha.

La asignación de funciones específicas para los miembros del grupo nos asegurará que podamos cubrir las actividades que nos propongamos y que la voz de todos sea escuchada. Aquí están algunas ideas. ¿Nos falta alguna?

1. Cronometrador
2. Escritor de notas

Actividad 3: ¿Cuál es su relación con el tema? (15 minutos)

1. ¿Por qué es importante hablar con los menores de edad sobre el consumo excesivo de alcohol?
2. ¿Cómo es que los problemas que enfrentan los menores y el consumo excesivo de alcohol afecta la capacidad para vivir o trabajar en el Bronx?
3. ¿Qué es lo que más le preocupa sobre estos temas?
4. Sobre la base de la discusión hasta ahora, ¿qué has aprendido de otras personas en este grupo?
5. ¿En qué estamos de acuerdo? ¿En qué no? y ¿Por qué?

Actividad 4: Ejercicio de Visión - ¿Cuáles son nuestras esperanzas para un Bronx saludable? (20 minutos)

Una "Visión" es una imagen de lo que esperamos para el futuro, un objetivo a perseguir.

Una "Visión" es un proceso que puede utilizarse para identificar y nombrar los valores y creencias que representan sus esperanzas para su comunidad. Por ejemplo, si usted dice: "Espero que podamos crear una comunidad donde todo el mundo tenga la oportunidad de tener éxito", la palabra que resume esta idea es la oportunidad.

Por qué es importante mantener una visión para nuestra comunidad:

- Crear una visión motiva a la gente. Les da la energía y el espíritu para hacer el trabajo.
- Una visión clara implica y promueve el cambio.
- Una visión que encarna los valores culturales y las creencias puede inspirar y guiar a través de la manera en que los miembros de la comunidad se tratan entre sí.
- "Se tiende a mover en la dirección que estás buscando"

Instrucciones

El objetivo de este ejercicio es llegar a 4 ó 5 palabras que describan las esperanzas del grupo para la comunidad. ¿Qué tipo de cosas positivas queremos ver en nuestra comunidad? ¿Que demostraría que estamos viviendo estilos de vida saludables?

- En un pedazo de papel escriba: Nuestra visión comunitaria. Déjelo a un lado para utilizarlo al final del ejercicio.
- En un pedazo de papel escriba: Ideas para iniciar nuestro proceso de visión, y palabras como: oportunidad, respeto, seguridad, salud, diversidad, espiritualidad y cultura. Utilice esta lista para comenzar el ejercicio.
- Pídale al grupo que imaginen que van a construir un monumento en el parque de la localidad que se destaque por las cosas que les gustan de su comunidad. Su trabajo consiste en llegar a 4 ó 5 palabras que describan su visión de esperanza para la comunidad. Estas palabras serán grabadas en el monumento.
- Haga un proceso de lluvia de ideas (Brainstorm). Escriba las ideas en su papel para iniciar nuestro proceso de visión. (Puede incluir palabras que describen a la comunidad como lo es hoy.)

Use estas preguntas para ayudar al grupo a llegar a ideas:

- ¿Cuáles son las cosas que hacen que una comunidad sea un buen lugar para vivir y estar sano?
- ¿Qué palabras representan a una comunidad en donde sea más fácil tomar buenas decisiones acerca de la bebida?

Una vez que la lluvia de ideas se ha completado, pregúntele al grupo que hable sobre:

- ¿Qué significan las palabras para ellos?
- ¿Qué ideas les importan más?
- ¿Cómo es que otros miembros de la comunidad se pueden sentir sobre estas ideas?
- Las palabras que les gustaría agregar.

Ahora, la lista se reducirá a 4 o 5 ideas principales:

- Pida a los miembros del grupo que voten por sus tres mejores opciones. Se puede hacer esto con una votación a mano alzada, o poner adhesivos al lado de las ideas que prefieran.
- Enumeren las 4 o 5 palabras que prefirieron en el papel marcado Nuestra visión comunitaria.

DESCANSO (5 minutos)

PARTE 2: ¿Qué se dice sobre la vida sana en nuestra comunidad? (60 minutos)

Durante la primera parte de nuestra reunión, hablamos sobre nuestra relación personal con el Bronx. A continuación, vamos a hablar de los problemas y desafíos relacionados con el mantenimiento de un estilo de vida saludable en nuestras comunidades, como por ejemplo tener acceso a los parques y sentirnos seguros caminando o andando en bicicleta en nuestras calles. También vamos a discutir una serie de puntos de vista que nos ayudaran a explorar las raíces del problema. Esto nos ayudará a desarrollar ideas para su aplicación en sesiones posteriores.

Actividad 1: Discuta la hoja de información (15 minutos)

Por favor revise la hoja de información adjunta y utilice las siguientes preguntas para hablar de los datos:

1. Cuando nos fijamos en la información, que se destaca. ¿Por qué?
2. ¿Hay algo que te sorprende? ¿Por qué?
3. ¿Qué temas y tendencias globales ves?

Actividad 2: Exploración de alcohol en nuestras comunidades (45 minutos)

¿Cómo podemos apoyar estilos de vida más saludables y una vida activa en nuestra comunidad? Aquí hay una serie de puntos de vista que algunas personas pueden tener. Las personas tienen diferentes ideas acerca de la situación, esto significa que con un punto de vista no podemos saber la historia completa. Podemos estar de acuerdo entre sí en algunos puntos y en desacuerdo en otros. Eso está bien.

Por favor recuerde que no todos los puntos de vista están representados. Estos son sólo ejemplos de lo que algunas personas podrían pensar.

Vistas

1. El alcohol es muy fácil de conseguir.

Algunas de las tiendas, bares y restaurantes no siempre verifican la identificación antes de servir alcohol. Esto significa que a veces las personas menores de 21 años tienen acceso al alcohol, esto no es saludable y está en contra de la ley. Debemos alentar a las personas que venden alcohol a tener políticas estrictas de identificación a fin de que los menores de edad no puedan beber. Los padres deben de mantener el alcohol de sus casas donde los jóvenes no puedan conseguirlo fácilmente, especialmente cuando no están siendo supervisados.

2. Mantener a los jóvenes a salvo de los peligros del alcohol.

Muchos jóvenes se meten en problemas porque tienen demasiado tiempo libre por lo que terminan haciendo cosas poco saludables como beber. Si planeamos actividades para

ellos y les demostramos que nos preocupamos, nuestros jóvenes estarán más dispuestos a llevar una vida sana. Tenemos que darles oportunidades para trabajar con adultos que se preocupan, de interactuar positivamente con otros, y hacerlos parte de la comunidad.

3. Las personas son responsables de sí mismos, el tomar refleja sus propias decisiones y errores.

La comunidad no es responsable del consumo excesivo de alcohol en menores de edad y los problemas de salud relacionados con estas acciones. Cada uno es responsable de sí mismo, y tomar sus propias decisiones.

4. Debemos tener voz y voto en las decisiones que afectan a nuestra salud y nuestro barrio.

Nuestros hogares y nuestra calidad de vida se ven afectados por lo que sucede y lo que nos rodea en el barrio. Debemos tener algo que decir sobre lo que ha causado en nuestras comunidades el consumo excesivo del alcohol y la disponibilidad de este. Debemos trabajar con los líderes de la comunidad para aprender sobre cómo el alcohol se anuncia en los espacios públicos de nuestro barrio.

5. Es necesario que haya mayor conciencia acerca de los peligros del consumo excesivo de alcohol en los menores de edad.

Beber cuando se es joven y en exceso puede conducir a daño hepático, cáncer, embarazos no deseados, accidentes y enfermedades de transmisión sexual. Son pocas las personas, especialmente los jóvenes, que conocen que la bebida puede llevar a una vida de enfermedades o dificultades. Necesitamos tener conversaciones más honestas en nuestras escuelas, lugares de culto y en nuestros hogares sobre los efectos del consumo de alcohol.

6. Las personas menores de 21 años no deben beber.

Beber cuando se es menor de los 21 años es ilegal y poco saludable. El consumo de alcohol puede conducir a muchos problemas de salud y psicológicos por lo que debemos trabajar duro para asegurarnos de que los jóvenes no estén bebiendo. Los establecimientos que sirven alcohol a personas menores de 21 años deben ser penalizados por la ley.

7. Es mejor que los jóvenes beban alcohol cuando estén alrededor de sus padres

En otros países y en algunas culturas, es aceptable que los adolescentes beban alcohol con sus padres. Cuando los niños toman con sus padres, están más propensos a desarrollar mejores hábitos de consumo debido a que han aprendido a beber con responsabilidad. Y cuando el alcohol no está completamente prohibido, ya no es tan emocionante beberlo.

8. Mucha gente bebe de vez en cuando esto no va a lastimar a nadie.

A todo el mundo le gusta divertirse y tomar alcohol de vez en cuando. Beber con amigos o familiares cuando se está celebrando algo o salir con ellos no es gran cosa. Beber alcohol juntos ayuda a la gente a relajarse y a conocerse mejor unos a otros.

9. Los jóvenes deben tener voz en los asuntos de la comunidad.

La mayor parte de las decisiones tomadas en nuestras comunidades sobre el alcohol afectan a los jóvenes también, pero rara vez se les pide que compartan sus inquietudes, ideas o soluciones. Su conocimiento, energía y su inteligencia no deben ser ignorados. Asimismo, debemos asegurarnos de que asistan a las reuniones públicas donde nuestros funcionarios locales estén. Tenemos que hacerles saber que valoramos la contribución que pueden hacer a la comunidad entera.

10. Cualquier consumo de alcohol es peligroso

Todo lo que es dañino o perjudicial debe ser evitado. El alcohol afecta negativamente a la mente y al cuerpo. Se nubla la mente, causa enfermedades, pérdida de dinero, y destruye a las personas, familias y comunidades. Beber afecta el juicio, impide que las personas actúen de acuerdo a sus sentimientos y alienta el tipo de toma de riesgos involucrados en actividades peligrosas.

Mire a la persona que esta a su lado. Discuta las siguientes preguntas por los próximos cinco minutos y luego vamos a discutir las en grupo.

- ¿Qué puntos de vista asimilan mas su propia manera de pensar? ¿Por qué?
- ¿Hay algo en lo que no está de acuerdo o que lo sorprenda?
- ¿En qué puntos de vista estamos de acuerdo? ¿Cuáles son las cosas con las que no estas de acuerdo?
- ¿Qué otros puntos de vista crees es posible que falten?

Para la próxima vez: Piense acerca de estos puntos de vista. Y a ver si los oye en la comunidad. También, observe y escuche las ideas sobre lo que podría hacer para mejorar la situación.

Actividad 3: Resumen (5 minutos)

Para finalizar esta sesión, cada quien va a responder a los siguientes puntos brevemente (5 minutos)

- Nombre una cosa que disfruto durante este período de sesiones.
- Nombra una cosa que le sorprendió.
- Nombra una forma en que podemos mejorar la próxima sesión.

SESIÓN 2: ¿QUÉ PODEMOS HACER?

Parte 1: Métodos de construcción para un Bronx sano (45 minutos)

En la sesión anterior, hablamos de retos para mantener saludable a nuestra comunidad. Hoy, vamos a hablar de cómo podemos empezar a resolver algunos de estos problemas a través de ideas para tomar acciones específicas.

Actividad 1: Introducción (5 minutos)

1. Antes de empezar, vamos a repasar las reglas. ¿Estamos todos de acuerdo con la lista? ¿Hace falta añadir algo?
2. Desde cuando tuvimos nuestra última reunión, ¿ha ocurrido algo que se relaciona con este tema que le gustaría compartir?
3. He aquí un breve resumen de lo que hemos hablado durante la última sesión para ayudarnos a estar preparados para nuestro trabajo de hoy.

Actividad 2: Métodos para el Cambio (40 minutos)

Hemos hablado de las condiciones de nuestro barrio. Ahora, vamos a explorar algunas maneras de mejorar las cosas. ¿Qué métodos funcionan bien? ¿Qué nos ayudará a hacer frente a las disparidades en la salud y la actividad física? ¿Qué podemos lograr dentro de un año?

A continuación se muestra una lista de los posibles enfoques. Por favor tome 5 minutos para revisar la lista y luego discútala con la persona más cercana a usted (15 minutos). Use estas preguntas para pensar sobre los diferentes enfoques:

1. ¿Hemos usado alguno de estos enfoques? Si es así, ¿qué pasó?
2. ¿Qué enfoques te gusta más? ¿Por qué?
3. ¿Qué otros métodos se te ocurren?
4. ¿Qué métodos que ya tengan tracción pueden ser capaces de ayudar a avanzar en Nueva York?
5. ¿Qué enfoques no funcionarían? ¿Por qué?

Enfoques

1. Centrarse en la comunidad.

Si la gente no bebe, no debería verse afectada por las personas que lo hacen. Las personas que consumen el alcohol, no deberían alentar el consumo de alcohol o animar a otros adultos a beber en exceso.

Alguien que apoya este enfoque puede disfrutar de estas ideas de acción:

- Evaluar la disponibilidad y la comercialización de alcohol en su comunidad
- Evaluar las normas sociales del consumo de alcohol
- Explorar todas las formas que el alcohol perjudica al individuo en su comunidad y a la comunidad, en general.

2. Centrarse en los jóvenes.

Al impedir que los jóvenes beban alcohol, invertimos en su futuro y en el nuestro – esto los hace ser mejores estudiantes y que establezcan hábitos de vida saludable y así mostramos nuestra responsabilidad de proteger a la próxima generación.

Alguien que apoya este enfoque puede disfrutar de estas ideas de acción:

- El preciso cumplimiento de las leyes contra la venta de alcohol a menores de edad.
- Crear conciencia acerca de por qué los adultos no deben proporcionar alcohol a los jóvenes.
- Involucrar a los jóvenes en actividades que aumentan su conocimiento de la disponibilidad y la comercialización de alcohol en sus barrios y los perjuicios del consumo de alcohol.

3. Educar a la gente sobre los peligros del consumo excesivo de alcohol en los menores de edad.

La información y la educación puede proporcionar a las personas formas creativas y atractivas para hablar sobre el papel que juega el alcohol en su comunidad y los daños que este puede causar. Ayudar a la gente a entender el problema, para que puedan ser defensores de un cambio es importante.

Alguien que apoya este enfoque puede disfrutar de estas ideas de acción:

- Ofrecer talleres a los jóvenes sobre los daños del alcohol en las comunidades religiosas, centros comunitarios y organizaciones.

- Formar grupos en las comunidades para enseñar a otros acerca de los daños del consumo excesivo de alcohol en menores de edad.
- Organizar eventos en las comunidades para educar a los líderes comunitarios, residentes y organizaciones sobre los daños del consumo excesivo de alcohol en menores de edad.

4. Hable con las autoridades municipales y agencias gubernamentales sobre los daños del alcohol.

Con el fin de asegurarse de que todos los grupos de las comunidades y los residentes sepan acerca de los daños del alcohol y de obtener los recursos que necesitan, tenemos que construir relaciones con los funcionarios electos y agencias gubernamentales, en particular la policía, los Distritos de Mejoramiento Comercial y las Juntas de la Comunidad. Tenemos que trabajar juntos para crear el tipo de comunidad saludable que todos queremos.

Alguien que apoya este enfoque puede disfrutar de estas ideas de acción:

- Pedir al departamento de policía que asigne más patrullas en las zonas donde se comercializa el alcohol como en tiendas y bares.
- Trabajar con los funcionarios electos y líderes comunitarios para promover la educación sobre el alcohol
- Unirse a la Junta Comunal local para hacer recomendaciones sobre la manera de mejorar la salud de la comunidad.

5. Enfoque en la responsabilidad personal.

Las personas tienen que hacerse a cargo de su salud, aunque esta responsabilidad no sea del todo suya. La educación, el acceso y la asequibilidad no son suficientes para el cambio de nuestro sistema. Los cambios en la dieta pueden venir solamente de compromiso personal. Todos podemos tomar acciones para beber menos y ser el modelo responsable de nuestros hijos. Tenemos que llegar a ser participantes activos en la toma de decisiones saludables para nuestras comunidades.

Alguien que apoya este enfoque puede disfrutar de estas ideas de acción:

- No beba delante de los niños
- Límitese a tomar la menor cantidad de bebida alcohólica que usted pueda cuando usted este tomando.
- Pase más tiempo haciendo ejercicio, en ves de reunirse con su familia y amigos en un bar.

Ahora vamos a informar a todo el grupo. ¿Qué piensas de estos enfoques? (20 minutos)

DESCANSO (5 minutos)

PARTE 2: Pasando de la conversación a la acción. ¿Qué podemos hacer? (70 minutos)

En esta sesión, vamos a pasar a la acción. Primero, vamos a ver los puntos fuertes o los recursos que tenemos. Después, vamos a pensar en ideas de acción. Al terminar ese paso, vamos a conectar nuestras ideas con nuestros recursos. Y, por último, vamos a establecer prioridades para la acción.

Actividad 1: Recursos comunitarios Brainstorm o lluvia de ideas (15 min)

Cada pueblo o ciudad tiene recursos. Los recursos pueden ser personas, lugares u organizaciones - lo que hace que nuestra comunidad sea un mejor lugar es un recurso. "Lluvia de ideas" o mejor conocido como Brainstorming es una manera creativa que un grupo puede usar para llegar a un montón de ideas en un corto período de tiempo. Podemos añadir nuestros pensamientos a las ideas de los demás. Todas las ideas están bien. No se abstenga a discutir o a juzgar las ideas. El facilitador anotara cada idea. Utilice estos títulos como guía:

RECURSOS COMMUNITARIOS				
Personas	Lugares	Instituciones/ Organizaciones	Fuentes de Financiamiento	Otros

Use estas preguntas para ayudar a los participantes a comenzar la lluvia de ideas:

1. ¿En la comunidad, quién tiene talentos y habilidades que se pueden ofrecer?
2. ¿Qué grupos de la comunidad pueden ayudarnos?
3. ¿Qué fuentes de financiamiento tenemos en nuestra comunidad?
4. ¿A qué grupos pertenece usted? ¿Cómo pueden ayudar?
5. ¿Se te ocurre algo más?

Actividad 2: Lluvia de ideas de acción (20 minutos)

Piense en los enfoques. Trate de llegar a acciones concretas que se ajusten a estos criterios. ¿Cuántas ideas diferentes logramos?

Haga una lista de estas ideas de acción en las siguientes categorías:

- Las cosas que usted puede hacer por su cuenta
- Las cosas que se pueden hacer con otros grupos pequeños de personas
- Nuevas alianzas, colaboraciones o proyectos

Actividad 3: Conexión: Ideas de acción con Recursos (15 minutos)

Publique la lista de ideas de acción al lado de la de los recursos, y hable acerca de cuáles pueden ser vinculados. Mantenga estas conexiones en mente a medida que va dándole prioridad a las ideas de acción.

Actividad 4: Estableciendo prioridades para la acción (10 minutos)

Échele un vistazo a la lista de ideas para la acción. Ahora nos vamos a limitar a unas pocas ideas para enfocarnos en ellas en el foro de acción, donde la gente de todos los grupos de discusión se reunirá para compartir sus ideas.

Estas preguntas le ayudarán a establecer prioridades para la acción:

- ¿Qué ideas son más fáciles de lograr?
- ¿Quién trabajaría con nosotros en estas ideas?
- ¿Qué ideas pueden crear el mayor beneficio para nuestra comunidad?
- ¿Qué ideas pueden tener un impacto a largo plazo?

Como grupo, deben elegir dos o tres ideas que consideren importantes y factibles. Entonces, consideren las siguientes preguntas:

- ¿Qué haría falta para que esto suceda?
- ¿Qué recursos de la comunidad podríamos utilizar para establecer esta idea?
- ¿Qué tipo de apoyo necesitamos para tomar estas medidas? ¿Qué más se puede enlazar con esto?
- ¿Cómo empezar?

Escriba las dos o tres ideas en un pizarrón (o un papel) y márquelas “ideas prioritarias de acción”.

Actividad 5: Prepárese para el Foro de Acción (10 minutos)

El facilitador explicará la agenda para el foro de acción y el grupo seleccionara a alguien para que presente sus primeras 2 ó 3 ideas de acción en el evento.

FORO DE ACCIÓN

Los Programas comunitarios de conversación conducen a la acción de muchas maneras. Una forma de hacerlo es a través de un foro de acción. Esta es una reunión de un grupo grande al final de una ronda de conversación. Las ideas de todos los círculos de conversación son presentadas en el Foro de Acción. Por lo general hay varias ideas de acción que muchas personas apoyan.

Para promover estas ideas, la gente forma grupos de acción o grupos de trabajo. Algunas personas pueden unirse a estos grupos de acción. Algunos pueden elegir ayudar de otras maneras. En los programas de conversación, la comunidad se extiende más y así mas personas se involucran, y se producen muchos tipos de acciones.

Agenda: Action Forum o un Foro de Acción (1,5 a 3 horas)

1. Hora Social: Refrescos, entretenimiento, Walk Gallery (oportunidad de leer los resúmenes de cada círculo)
2. Bienvenida y presentaciones
 - El moderador da la bienvenida a todos e introduce patrocinadores.
 - Revisión del programa
 - Hable sobre el esfuerzo durante el círculo de conversación en la comunidad.
 - Agradezca a los facilitadores y otros voluntarios que fueron claves en la realización del proyecto.
3. Informes de las Conversaciones Comunitarias
 - Un representante de cada círculo de conversación habla por unos cuantos minutos.
 - Asegúrese de incluir los recursos de la visión y de la comunidad.
4. Pasando a la Acción

El Moderador identifica los temas más comunes para la acción de todas las conversaciones de la comunidad, e invita a los participantes a que se inscriban en un grupo de acción o grupo de trabajo.

- La gente elige los grupos de acción, y se registran.
- El líder de cada grupo de acción recoge los nombres y establece una fecha para la primera reunión.

- Las personas también se pueden inscribir para la capacitación de facilitadores, o para ayudar a organizar conversaciones futuras en la comunidad.

5. Palabras de clausura

- Palabras de clausura. (Describa cómo los esfuerzos de acción serán objeto de seguimiento y conexión a la organización.)
- Próximos pasos. (Incluya los planes para una nueva ronda de conversaciones, celebración o check-in (reunión))

HOJA DE INFORMACIÓN

La siguiente información puede ayudar a entender cuáles son los desafíos y las oportunidades que tenemos en nuestra comunidad, especialmente estos datos relacionados con el alcohol.

¿Qué tan saludables están los residentes del Bronx?

- En un informe anual de salud del condado, la Fundación Robert Wood Johnson reportó que el Bronx ocupa el puesto 62 de los 62 condados del estado de Nueva York en resultados sanitarios. (1)
- Casi 1 de cada 4 adultos que viven en el Bronx calificaron su salud como regular o mala, con los residentes hispanos o latinos estando más propensos que otros grupos a calificar su salud como regular a pobre. (1)
- La diabetes afecta desproporcionadamente a las personas de bajos ingresos, minorías étnicas y personas mayores. Los neoyorquinos con los ingresos más bajos tienen tasas de diabetes dos veces más altas que los neoyorquinos con los ingresos más altos. En el Bronx, 1 de cada 8 adultos ha sido informado por un profesional de salud en algún momento que tiene diabetes. Esta es la tasa más alta de Nueva York. (2)

¿Cuántos residentes del Bronx beben alcohol?

- 1 de cada 7 adultos reportan el consumo excesivo de alcohol en el último mes, que se define como beber cinco o más bebidas en un par de horas. (2)
- El Parque Fordham / Bronx y Pelham / Throggs Neck son sitios que tienen la tasa más alta de consumo de alcohol en exceso por adulto en el Bronx. (2)
- Las personas con educación superior y altos niveles de ingresos están más propensas a beber más que las personas con menos educación y menos recursos. (2)

Sin embargo, las comunidades que son menos educadas y tienen los ingresos más bajos pueden tener más problemas relacionados con el alcohol, como la violencia. (3)

- Las mujeres tienden a beber menos que los hombres, sin embargo la tasa de problemas con el alcohol entre las mujeres está incrementando. (2)
- 1 de cada 3 estudiantes de escuelas secundarias públicas del Bronx informa que ha bebido al menos un trago en los últimos 30 días. (4) Más de las dos terceras partes declaran haber tenido su primera copa antes de los 15 años. (4)
- El licor es la bebida más común que consumen los estudiantes de las escuelas secundarias en el Bronx. (4)

¿Dónde está promocionado el alcohol, cuál es su impacto en los menores de edad y en su consumo excesivo?

- En el 2005, los promocionales de alcohol gastaron \$ 6 mil millones en publicidad. (5)
- Los jóvenes están más expuestos a la publicidad de bebidas alcohólicas, y por resultado tienen más posibilidad de empezar a beber cada vez más. (5)
- Los anuncios de “consumo responsable” no reducen el consumo excesivo .(5)

¿Por qué es importante reducir el consumo excesivo de alcohol en los menores de edad?

- El alcohol es la tercera causa principal de muerte debido a comportamiento alterado en EU. (6) En 2008, el alcohol fue la causa de muerte de 1.540 residentes de Nueva York, 374 de los cuales eran del Bronx. (7)
- 1 de cada 10 hospitalizaciones en Nueva York está relacionado al alcohol y esta tasa está en crecimiento.(8)
- El uso de alcohol está vinculado a daño hepático y muchos cánceres. (9) También a condiciones de salud mental, defectos de nacimiento (10,11,12) y suicidio.(13)
- Casi la mitad de los asesinatos, 1 de cada 4 lesiones no intencionales, envenenamientos y accidentes automovilísticos involucran el alcohol. (14)
- El consumo de alcohol está relacionado a más de 1.000 accidentes de tráfico cada año en NYC. (15)
- 2 de cada 5 jóvenes que comienzan a beber antes de los 15 años, se convertirán dependientes del alcohol a lo largo de su vida. El riesgo disminuye con cada año de retraso en el consumo de alcohol.(16)
- El alcohol está relacionado con prácticas sexuales de riesgo, dando lugar a infecciones de transmisión sexual como el VIH / SIDA y embarazos no planificados. (17)
- Beber en exceso disminuye la calidad de vida en los barrios de Nueva York (por ejemplo, la violencia, la delincuencia, el ruido, orinar en público, vagancia, etc.). (18, 19,20)

Fuentes:

1. Robert Wood Johnson Fundacion. 2012, <http://www.countyhealthrankings.org/>
2. Nueva York Departamento de Salud Epiquery: NYC Health Interactive Data System - New York City Encuesta de Comunidad Saludable 2011. <http://nyc.gov/health/epiquery>
3. Chartier K, Caetano Raza R. y Diferencias de Salud en Investigación Alcohol. Investigación y Salud en alcohol . 2010, 33 (1-2): 152-160.
4. Nueva York Departamento de Salud e Higiene Mental. Epiquery: NYC Health Interactive Data System - New York City Youth Encuesta de Comportamiento de Riesgo 2011. <http://nyc.gov/health/epiquery>.
5. Centro de Publicidad y Marketing para la Juventud. <http://www.camy.org/>
6. Mokdad A, J Marks, Stroup D, J. Gerberding Causas reales de muerte en los Estados Unidos, 2000. JAMA. 2004, 291 (10): 1238-1245.
7. Resumen de Estadísticas Vitales, Nueva York, 2008.
8. Estado de Nueva York Departamento de Salud, SPARCS de 2006.
9. Sociedad Americana del Cáncer. El alcohol y el cáncer. Atlanta, GA: American Cancer Society, 2006. Disponible en <http://www.cancer.org/downloads/PRO/alcohol.pdf> [PDF 218.7KB]. Consultado en marzo 28, 2008.
10. Fergusson D, J Boden, Horwood, Pruebas L. de vínculos causales entre abuso o dependencia del alcohol y la depresión mayor. Archives of General Psychiatry. 200 966 (3), 260-266. doi: 10.1001/archgenpsychiatry.2008.543.
11. Deas, el abuso de sustancias en los adolescentes y D. comorbilidades psiquiátricas. Journal of Clinical Psychiatry. 2006, 67 (S7): 18-23.
12. Departamento de Salud y Servicios Humanos. Cirujano General de EE.UU. Asesor de Consumo de Alcohol en el embarazo lanzamientos, e insta a las mujeres que están embarazadas o que pueden quedar embarazadas abstenerse de beber alcohol. Fecha de lanzamiento Lunes, 21 de febrero 2005.
Disponible en <http://www.surgeongeneral.gov/pressreleases/sg02222005.html>. Consultado el 01 de abril 2010.
13. Coyle C, C Stayton, Ha J, Norman C, P Sadler, Conductor C, D Heller, Paone D, Singh T, C. Olson suicidio y lesiones auto-infligidas en New York City. Nueva York Vital Signs 2012, 11 (1): 1-4.
14. Paone D, D Heller, A Cajigal, D-Bradley O'Brien, S Shah, Olson C. Consecuencias para la salud del consumo de alcohol en New York City. Nueva York Vital Signs 2010, 9 (5): 1-4. Actualizado en noviembre 29 de 2010.
15. New York State Department of Motor Vehicles <http://www.dmv.ny.gov/stats-arc.htm> y <http://www.dmv.ny.gov/stats.htm>.

16. Grant B, Dawson D. Edad de inicio del consumo de alcohol y su relación con el abuso de alcohol del DSM-IV y la dependencia: Los resultados de la Encuesta Nacional Longitudinal Alcohol Epidemiológica. *Diario de Abuso de Sustancias*. 1997, 9: 103-110.
17. Farley T, C Olson, Frazer MS, Kerker Consumo de Alcohol y B. sexuales de riesgo en la ciudad de New York. *NYC Vital Signs* 2008, 7 (6): 1-4.
18. Ashe M, D Jernigan, Kline R, Galaz R. planificación del uso de la tierra y el control de alcohol, tabaco, armas de fuego, y los restaurantes de comida rápida. *Revista Panamericana de Salud Pública*. 2003, 93 (9): 1404-1408. doi: 10.2105/AJPH.93.9.1404.
19. Wechsler H, Lee JE, Hall J, A Wagenaar, Lee H. efectos de segunda mano de los estudiantes de alcohol reportado por los vecinos de las universidades: el papel de expendios de alcohol. *Social Science & Medicine*. 2002, 55: 425-435.
20. Theall K, R Scribner, Cohen D, Bluthenthal R, Schonlau M, T. Farley. Capital Social y Medio Ambiente Alcohol. *Salud Place*. De marzo de 2009, 15 (1): 323-332.